



## PLAN DE ESTUDIOS/SYLLABUS 2021-2022

Secundaria

9no a 12avo Grado

### Educación Física

Franklin Sales - [fsales@colegiomaya.edu.sv](mailto:fsales@colegiomaya.edu.sv)

#### METODOLOGÍA LIFE AHEAD/LIFE AHEAD METHODOLOGY

El crecimiento personal está asegurado a través de los fundamentos filosóficos y la metodología Life Ahead del colegio.

La metodología promueve la autonomía, la organización, la responsabilidad y la convivencia. Su principal objetivo es producir personas que asumirán una responsabilidad cada vez mayor por su propio aprendizaje.

#### DESCRIPCIÓN DEL CURSO/COURSE DESCRIPTION

La Educación Física brinda la oportunidad al niño y a la niña de aprender, desarrollar y potenciar su cuerpo, mente y emociones, entendiéndolo como un ser integral en desarrollo, a lo largo de sus etapas evolutivas comprendidas en los niveles de Educación Básica. Las vivencias educativas de esta asignatura se centran en la toma de conciencia del cuerpo, sus adaptaciones funcionales, los movimientos orientados, el aprendizaje de habilidades, conductas y hábitos positivos, en ámbitos de la salud y la convivencia.

#### OBJETIVOS/OBJECTIVES

**Que al finalizar el año los alumnos sean capaces de:**

Aprenderá a descubrir y valorar los efectos beneficiosos que tiene la práctica sistemática de la actividad física en el desarrollo personal, en la calidad de vida y la salud.

Que el alumno intensifique el trabajo en las cualidades físicas, a fin de lograr una condición física óptima como base de una buena salud.

Que el alumno se fundamenta en el deporte como un elemento básico del desarrollo humano integral.

Fortalecer en el alumno/a el proceso de comunicación entre los miembros de un grupo de clases.

Que el alumno aplique las reglas básicas en cada deporte que permitan la práctica de las defensivas y ofensivas en situaciones reales del juego.

#### CONTENIDO/CONTENT

Los estudiantes aplican, **habilidades motrices, formas básicas de ejercitar flexibilidad, fuerza, rapidez, así como técnicas básicas de cazar, saltar, correr, lanzar, rodar, rebotar, golpear, tácticas y estrategias de juego, diferentes deportes.** Adecuando la respiración a la exigencia del esfuerzo y tomando en cuenta su capacidad física y funcional, utilizando conocimientos, procedimientos y técnicas de ejecución para incrementar la autonomía, la eficiencia físico-funcional y las habilidades motrices.

**Ejercito mi cuerpo para mantenerme activo y saludable**

**Parte aeróbica**

**Flexibilidad**

**Participación de los músculos en la motricidad**  
**Actividad física**  
**Capacidad anaeróbica**  
**Fortalezco mis habilidades físicas, deportivas y expresivas**  
**Desarrollo de actividades físicas**  
**Desarrollo de la capacidad aeróbica.**  
**Agilidad motriz**

### **DESTREZAS/SKILL STRANDS**

Con esta asignatura se abren espacios para que los alumnos satisfagan las necesidades de expresión, constituyendo así un espacio dentro del tiempo escolar que responde en gran medida a las necesidades reales de movimiento del alumno, el desarrollo de habilidades sociales y la adquisición de formas apropiadas de convivencia. Así mismo permite reconocer propiedades físicas y funcionales del organismo facilitando el aprendizaje perceptivo-motor, también el alumno aprenderá el desarrollo de habilidades y destrezas motrices básicas deportivas.

### **LIBRO DE TEXTO/TEXTBOOK, PÁGINAS WEB**

Reglamento de baloncesto. Reglamento de fútbol, Reglamento de voleibol, Reglamento de baloncesto y otros reglamentos deportivos.  
Programa de estudios de educación física y deportes del MINED.

### **EXPECTATIVAS/EXPECTATIONS**

Se espera que los estudiantes, apliquen tácticas y estrategias de juego y demostrará habilidades motoras fundamentales en una variedad de contextos. **Se implantará el programa de acondicionamiento físico para mejorar la salud.** Participará en actividades físicas autoseleccionadas. Cooperará y animará a sus compañeros, aceptará las diferencias individuales y demostrará comportamiento inclusivo. Participará en actividades físicas para disfrutar y auto expresarse. A todos los estudiantes se les da la oportunidad de hacer diferentes deportes de su preferencia.

Los juegos y los deportes. En este eje se considera el rescate de la actitud lúdica como esencia imprescindible para el desarrollo de la persona, que adquirirá distintas formas: juegos simbólicos, juegos motores, juegos reglados, juegos ambientales, juegos perceptivos, deportes.

Expectativas de logros: Valorar el placer de jugar y del trabajo cooperativo, la tolerancia en la victoria y la derrota en situación de competencia.

Respetar las reglas en juegos compartidos.

Comprender la importancia del juego y la necesidad de negociar.

Conocer la lógica de los deportes practicados, sus principios tácticos y estratégicos y de modo general, las técnicas específicas básicas.

Reconocer la práctica deportiva como forma de expresión y recreación personal.

### **EVALUACIÓN/ASSESSMENT**

Los métodos serán mediante evaluaciones diagnósticas, formativas y sumativa de acuerdo a los trabajos desarrollados.

La acción puede incluir la autoevaluación, la evaluación en grupo, la evaluación del maestro y la evaluación por juegos deportivos. Las herramientas de evaluación incluirán rúbricas, **la clase de educación física es ponderada participativa al 100%**

Al final de cada período. Evaluación de fin de periodo. (Donde se evalúan las actividades realizadas en todo el periodo)

## OTROS

(Especificar) A lo largo del año, los estudiantes trabajan en tareas relacionadas con el deporte en aquellos alumnos que no hacen deporte por estar enfermos y tienen una incapacidad médica.

También el colegio les proporciona un espacio para aquellos alumnos que deseen hacer un deporte extracurricular, espacio donde puedan desarrollar, el fortalecimiento de habilidades múltiples deportivas.

## CITAS

Si necesita consultar o expresar alguna inquietud sobre el desarrollo o evaluación de la materia, puede solicitar una entrevista con la docente en la recepción al 2316-7800 o enviar correo electrónico a [iamaya@colegiomaya.edu.sv](mailto:iamaya@colegiomaya.edu.sv).

## INFORMACIÓN

Para mayor información lo invitamos a visitarnos en:



[www.colegiomaya.edu.sv](http://www.colegiomaya.edu.sv)



[/colegiomayadeelsalvador](https://www.facebook.com/colegiomayadeelsalvador)



[colegio.maya](https://www.instagram.com/colegio.maya)